

零壓力社交



[零壓力社交 下载链接1](#)

著者:黛芙拉. 札克(Devora Zack)

出版者:天下文化出版股份有限公司

出版时间:2011-2-25

装帧:平装

isbn:9789862167083

打開本書 打開你的好人緣

拜訪客戶、交際應酬是你眼中的苦差事嗎？

隨意聊天哈啦的場子也會被你搞冷掉？

完全掌握面對社交場合的苦惱，在專業與人際上綻放光芒！

多數討論成功要素的書都會提到人際關係，建立廣闊的人際網絡似乎是邁向成功的必然條件之一，但就不喜歡社交的內向型人來說，如何擴展人際關係、提昇自我成功的方法呢？

作者是美國知名企業諮詢顧問，也自稱是「內向型」的諮詢師。在本書中，他打破坊間成功書的慣例，為我們解讀「內向型人」的成功特點，包括：

他們不是害羞或憤世嫉俗，而是習慣深思熟慮、在談話前反復思索的一群人。

他們永遠將注意力集中在少數事件上，而非關注大量瑣事。

他們需要獨處的時間，為自己的頭腦充電。

他們被灌輸社交等於八卦聊天及不斷與人接觸，讓不擅與人交談的他們以不適合推託。

明確分析「外向型」和「內向型」的社交特點，並鼓勵不擅社交的內向型人應該盡量提升自己，以專業取得他人信任和尊重，願意與別人分享所知所學的知識，且樂於幫助他人等優勢，建立自己獨特的社交網絡。

作者介绍：

黛芙拉·札克 (Devora Zack)

生性內向，從小偏好獨自遊戲與閱讀。康乃爾大學（強生管理學院）企管碩士學位，也是全額獎學金優秀學者，在1996年創立唯有連結顧問公司，為許多不知所措和欠缺人脈的優秀客戶服務。另外也在康乃爾大學MBA領導力技巧計畫（MBA Leadership Skills Program）擔任客座學者，她是門薩（Mensa）協會十五週年年會的主講者。身為美國政府知名的「總統管理人員培訓計畫」（Presidential Management Fellows Orientation Program）主任，黛芙拉的籌備與主持功力，獲得該計畫創辦以來最高的評價。

黛芙拉擅長領導術、人際社交術、簡報技巧、溝通、變革管理和團隊發展，習慣一下課就隱退獨自用餐。出書之後，她在編輯們脅迫下不得不「加入」臉書。

目录: 引言 內向者必讀

- 第一章 歡迎打開你的專屬指南
- 第二章 你是哪種內向者
- 第三章 原來大家都誤會你了
- 第四章 我們就是討厭做關係
- 第五章 絶對實用的新入脈法則
- 第六章 社交活動急救包
- 第七章 人脈金科玉律再會吧
- 第八章 沒有人脈也能做好社交
- 第九章 內向者的求職
- 第十章 應酬、出差、公司聚會
- 第十一章 內向也能辦個好活動
- 第十二章 定義成果，達成目標

結語 自個兒用餐也不壞
• • • • • (收起)

[零壓力社交](#) [下载链接1](#)

标签

个人提升

社交

工具书

交际

评论

有声书，讲内向人如何社交。简单来说，不需刻意的以外向人标准来要求自己，他人认为轻松愉快的方式，你可能会不自在。职场上并非话痨能成功，也并不一定需要很多朋友，内向人自有维护人脉的方式。内向人体贴诚恳，要学会发掘身边的资源。论点不新了，事例还可以。

[零壓力社交](#) [下载链接1](#)

书评

[零壓力社交](#) [下载链接1](#)